

掌纹

点穴诊病图解

三分钟知病解痛 三分钟看穿乾坤

印农◎著

中国时代经济出版社

掌纹

点穴诊病图解

图书在版编目(CIP)数据

掌纹点穴诊病图解/印农著. —北京:中国时代经济出版社,2009.7

ISBN 978-7-80221-901-4

I. 掌… II. 印… III. ①掌纹-望诊(中医)-图解
②点穴-穴位疗法-图解 IV. R241.29-64 R244.1-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第096633号

掌纹点穴诊病图解

印农 著

出版者 中国时代经济出版社
地 址 北京市西城区车公庄大街乙5号
鸿儒大厦B座
邮政编码 100044
电 话 (010) 68320825 (发行部)
(010) 88361317 (邮购)
传 真 (010) 68320634
发 行 各地新华书店
印 刷 北京鑫海达印刷有限公司
开 本 787×1092 1/16
版 次 2009年7月第1版
印 次 2009年7月第1次印刷
印 张 12.25
印 数 1~5000册
字 数 210千字
定 价 29.00元
书 号 ISBN 978-7-80221-901-4

版权所有 侵权必究

前言

大千世界值得我们深入探知的奥妙实在是太多，仅人类自身而言，就是一个十分复杂多变的结合体，上到大脑下至四肢，乃至人体经络的分布，无不透露出一种神奇，要想搞明白也实在不是一件易事。

记得我初次接触掌纹诊病的奇妙，那是三十几年前的事，一个偶然的机，一位长者为我把手看掌，正好那段时间我的体质比较纤弱，我只记得他捏着我的手，反复端详了几次，后说了些什么令周围的亲友们不停点头，至于是如何说的我现在已记不清了，但从人们的眼光中我发现了神奇力量。记得当时我很想弄明白，在我的强烈要求与坚持下，那位长者手把手地教给我如何在手掌上排列出十二属相的位子，并用笔画在了我的手上，到今天我都没忘。再后来我有机会得到一本关于掌纹的书，我更如获至宝般地认真研读起来，接下来便是一有机会就抓住人家的手，帮人家“指点迷津”，也是想验证一下大伙的反响。

掌纹的神奇有待我们做认真的科学研究，而不可笼而统之地将其简单地划归迷信，一棒子打死，这是极不负责任的态度。

今天我从读者的角度出发，尽可能地将此书表述得简洁明了。希望带给朋友们一些生活上的帮助，这也是我最大的心愿，我双手合十祝福每一位有缘的朋友。

印农（大雨）

2009年7月，于无事堂

《掌纹点穴诊病图解》

——三分钟知病解痛 三分钟看穿乾坤

白领、金领、公务员的随身健康顾问

目录

第一章 懂得关爱自己 财富都来找你 008

1. 工作是铁 关爱是钢 009
2. 学会“放下” 公司做大身体不差 010
3. 脚底隐痛莫轻视 病魔打扰要警惕 011
4. 每天三分钟的健康启示 012
5. 看看手心知道病情 按按手掌疾病能防 015
6. 白领女性如何拥有健康美丽的手脚 016
7. 酒后蒸桑拿 杀人不用枪 018
8. 办公室综合征预防秘诀 019
9. 白领养颜小秘方 022

第二章 掌中天地大 人生看落差 025

1. 手掌粗细 运势不一 026
2. 手掌薄厚 是福是祸 026
3. 掌边弯又弯 性格不一般 027
4. 掌肉软硬 各有天性 028
5. 掌形不同 性格不同 028

掌纹

点穴诊病

图解

目录

掌纹点穴诊病图解

点穴

003

第三章 破解手指密码 探知隐私空间 029

1. 运势强不强 拇指看短长 031
2. 官运大不大 食指会说话 032
3. 心态正不正 中指看分明 032
4. 品味名声与性欲 无名指上仔细瞧 033
5. 机遇有多少 小手指上看分晓 034

第四章 掌丘高低 运势不一 035

1. 情爱多寡看金星（丘） 037
2. 野心暗藏在木星（丘） 037
3. 悲观独身土星（丘）寻 038
4. 才气自信看太阳（丘） 038
5. 经商成败看水星（丘） 038
6. 空想善变看太阴（丘） 039
7. 上进心有多少 前火星丘最明了 040
8. 后火星丘上藏反抗 041
9. 财运好与坏 平原说了算 041
10. 气量大与小 方庭跑不了 042

第五章 握握手知个性 优势劣势能认清 043

1. 手指尖尖多性情 044
2. 指头圆圆性格急 045
3. 方形手指重实际 045
4. 骨节凸突学识多 046
5. 箕魁手指有活力 046
6. 硬拙形手多劳作 047

第六章 掌纹密码大破解 048

1. 精力盛与衰 生命线上说了算 049
2. 头脑灵不灵 智慧线上看分明 054

3. 个性好不好 理智线上最明了	056
4. 商机多不多 头脑线上明白说	057
5. 感情性情和健康 心脏线上有文章	059
6. 爱情深不深 感情线上分得清	063
7. 情义重不重 感情线弯直分轻重	064
8. 是假意是真心 情缘线上觅真情	065
9. 如何知道对方爱你有多深	066
10. 什么样的人是你一生的心痛	067
11. 你有潜在的生离死别宿命吗	068
12. 你有成为有钱人的可能吗	071
13. 什么样的人 是感情的玩弄者	072
14. 谁是你最值得信赖的朋友或情人	074
15. 看看自己一生赢得彩票股票的机会有多少	075
16. 看看自己有出国赚钱成功的运气吗	075

第七章 指甲显体质 好坏最分明 077

1. 指甲平滑代表什么	078
2. 甲色粉红是何因	078
3. 甲根“月轮”知健康	079
4. 不同甲形不同情	079
5. 指甲上出现白点是好运即将来临吗	083

第八章 指纹有预兆 秘密你先知 084

1. 出现横纹预兆什么	085
2. 十字纹的出现是吉还是凶	085
3. 星状纹出现是好运到来吗	086
4. 交叉纹是灾祸降临的先兆吗	086
5. 网状纹是表示有钱吗	087
6. 散乱纹是短命的先兆吗	087
7. 垂直纹是破财的先兆吗	088

第九章 指节有不同 留心看吉凶 089

1. 指节间有缝隙是什么征兆 090
2. 中指指节过长是什么预兆 091
3. 指关节变形肿痛是什么征兆 092
4. 指节僵硬是什么预兆 092

第十章 疾病暗藏有预兆 掌纹提示最重要 093

1. 突然死亡的掌纹征兆有哪些 094
2. 什么掌纹预示抑郁症 096
3. 心脏病有先兆 细看掌纹都知道 097
4. 肺病气管病 掌纹看得清 100
5. 胃病的掌纹早期征兆 101
6. 掰开手掌看一看 是否肝脏有病患 103
7. 糖尿病有隐情 掌纹看分明 104
8. 肾病常潜伏 掌纹有实情 104

第十一章 神秘的人体经络图解 105

1. 经络如何在人体分布 108
2. 为什么说“十指连心” 109

第十二章 点压掌穴速显奇效 刮痧排毒立除烦恼 116

1. 按摩用具介绍 117
2. 指压手法介绍 119
3. 手掌穴区图解 119
4. 手背穴位图解 120
5. 掌中穴位分布图解 121
6. 掌背穴道分布图解 121
7. 习惯性头痛的指压快速缓解法 122
8. 血管性头痛的指压快速缓解法 123
9. 前头痛的指压快速缓解法 124

指纹

点穴治病

图解

第一章

适时的放松、适时的关照，都会在我们健康的天平上增添一枚小小的砝码。有个好的身体，才能更好地去完成繁重的工作，为公司，为个人创造更多的财富。这一点对工作高度紧张的上班族，尤其是写字楼内的白领一族尤为重要。千里长堤溃于蚁穴；我们当中的每个人都懂得这个道理，可是却很少有人真正地去遵照这句话。

懂得关爱自己 财富都来找你

1 工作是铁 关爱是钢

今日社会环境复杂多变，生活压力大，几乎每个人都生活在一种十分机械的模式当中，常常被应酬、就业、失业、打拼等无数双巨大的手挤压得透不过气来。而这种高负荷的运转模式，除了会造成人心理上的各种隐患外，同时也会对原来健康的体魄构成潜在的威胁。加之平日里工作繁忙很难有时间关照一下自己，从而使原本很小的毛病，逐年累积成大的疾患而无法收拾。

“千里长堤溃于蚁穴”，我们当中的每个人都懂得也会解释这个道理，可是却很少有人去真正的遵照这句话的深刻含义去做、去行。总是在事后才恍然大悟再做一些亡羊补牢的事情。这一点对工作高度紧张的上班族，尤其是写字楼内的金白领一族尤为重要。我总是在说无论你的工作有多忙，压力有多么的大，但一定要抽出一点点的宝贵时间来关爱一下自己的身体。它除了会为你创造价值外，更需要调整 and 护理。就好比使用的车子，只管玩命使用，不知平日保养缺机油了不知道，缺防冻液了也不知道，这都还好。如果有一天突然刹车漏光了，高速疾驰的汽车停不下来了，那是要付出生命代价的。其实我打这个比方，只是想强调我们的身体，与车子在使用过程中的道理是一样的。除了创造价值外，同时也要认真地进行保护与关爱。

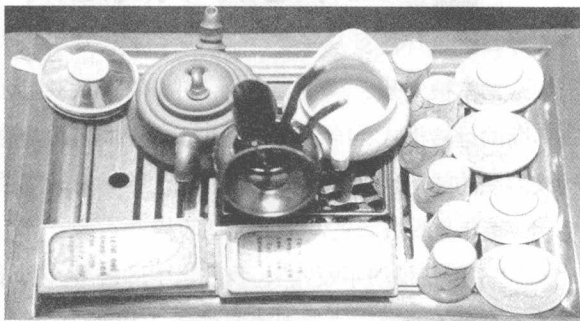
适时的放松、适时的关照，都会在我们健康的天平上增添一枚小小的砝码。有个好的身体，才能更好地去完成繁重的工作，为公司，为个人创造更多的财富。老板喜欢，自己心情也愉快。我想哪位公司老板都不会希望自己手下的员工，不是病容满脸，就是哈气连天，或者三天一小病，五天一大病的。

你想想很多公司的老板都要求手下的员工，男性要精神抖擞、面容整洁，女性要靓丽大方、淡施脂粉，为什么？因为化妆不仅仅会美丽，更重要的是显示出精神的饱满与健康。如果我们哪位女性朋友，在平时就很善于保养自己，每天上班时都是精力充沛，容光焕发，也许她就用不着打粉底上腮红，只要略施粉黛，就会显得特别水灵。老板看见喜欢，公司员工喜欢，连客户见了你都愿意和你多说几句套套近乎。你说这该多好呀！你该多有自信呀！适时地照顾一下自己的身体，它就会为你带来这么多的好处，你说呢？

2 学会“放下” 公司做大身体不差

有朋友说，我平日里那么忙，连工作都忙不完，那会有时间来注意这些。其实你错了，不是没有时间，而是根本就没有引起你足够的重视。你自以为只要没有住进医院，就算没病，你恰恰忽略的就是我前面所提到的那点。我的一位朋友，生意做得满大，可说是常年不着家，夜夜应酬醉天涯，不到五十的年纪，心脏已装了两个支架。早年我就曾提醒过他要注意自己的心脏，要抽出时间来休息调整，有时间最好去医院做个全面体检。可当时雄心满满的他并没有重视我的提醒，依然我行我素，最终造成今天的结果。悔之晚矣，无法再回到从前，其中的代价可想而知。

而我的另一位企业界朋友，在得到了我的提醒后，似乎恍然大悟，适时“放下”，将自己超脱出来，“业内应酬能躲就躲，找个借口各地走走”，现在是身体健康精神饱满，加之他又十分注意自己的着装，很难让人看出他的实际年龄来，见了我他就表示感谢，硬说是我让他又重新活了一回有滋味的人生。我说不是我的功劳，是你自己的智慧呀！而他的企业也没有因为他的“放下”而退步，反而是欣欣向荣，蒸蒸日上。老板信任员工，整个公司上上下下处处充满着祥和融洽之气，这才叫真正的双赢！



工作之余享受茶文化的雅趣是很好的心身放松方法之一



创造财富是为了更好地享受生活，学会“放下”找到精神与财富的平衡点，你真正做到了吗？



要知道真正财富的积累是依靠你的智慧，
而不是用自己的生命来换取的，
否则财富对你而言毫无意义

3

脚底隐痛莫轻视 病魔打扰要警惕

我常听朋友说，
有时候自己脚底部
的某个部位，会出
现持续或间断的酸
痛感，我说这时候
你就要十万分的小
心了。为什么呢？
我们都知道人体的
足部与手部，都生
有许多的经脉与人
体的各个脏腑相连，
他们同呼吸共命运，
当人体健康出问题
时，这个信号就会



我们应适时地放松一下紧张的神经，关爱一下真正属于自己的身体，它在为你创造价值的同时，更需要呵护，因为它是一切起始

像无线电波一样，迅速经过人体内所分布的复杂经脉，传递到人体的手脚部，提示你健康已经亮了红灯，要适时修整加油了，有条件时也可以上医院做个体验，或暂时休息一段时间。

若实在做不到这些时，在这里我告诉你一个十分简单的缓解方法，你可以用手指压按自己的脚掌，找到痛点后，用圆润木棒或牛角棒一头或以左右手（根据个人习惯而定）拇指第一关节的凸起部位，蘸少许按摩油，如没按摩油时，以日常所用的油性略强的护肤油也行，在脚底的痛处用适当的力量来按摩（用力大小根据自身情况而定）以感觉到酸胀为准。每隔一段时间就抽空做一遍，这样几次下来疼痛的部位就可以得到有效地缓解。

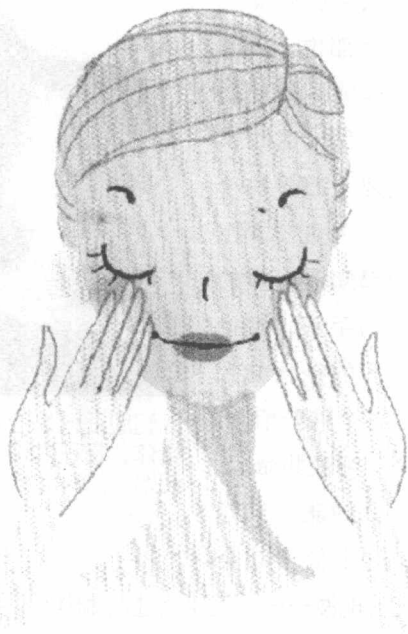
另外也可以常备一个刮痧使用的水牛角按摩板，不舒服时，使用按摩板来反复用力刮压痛处，这样也同样可以起到迅速缓解疼痛的作用。

4 每天三分钟的健康启示

一个人要想做到使自己的身体健康，爱美的女性朋友想要达到身材苗条、靓丽、动人，其实这些都不难做到。我告诉你一个方法，一不需要补药，二不需要水疗，最简单的秘诀就是坚持。你只要认真地每天去做了，持之以恒，常年地坚持下来，不见效才怪呢。

但要切记凡事都有一个限度，超出了你身体承受范围，拼出了吃奶的力气去机械性地完成原本应该十分轻松愉快的健身运动，那你可就大错特错了，这不是在增加你的健康砝码，而是在玩命，是在减少你的健康砝码呀！

我认识的一位女性朋友在国际知名大公司里上班，工作业绩很不错，每日紧张的工作之余，都要赶去健身房做大运动量的健身，结果是身体没健成，反倒落了不少额外的毛病。一次朋友聚会时我见她面色不佳，她提出让我为她看看掌纹。看后我发现她不但脾胃不好，加之睡眠也不理想，我问，你是不是一直有脾胃不好，睡眠不踏实的毛病。她



在紧张的工作环境中，抽时间经常做做脸部的保健运动与按摩特别有助于皮肤的放松与健康



据科学研究证明每天坚持早睡的女性，其肌肤衰老的程度要远远低于那些夜生活频繁的“夜猫子”类型的人，充足优质的睡眠是女性朋友们最有效的美容方法之一，睡眠的方法应以右侧卧睡为宜这样做不仅会使心脏的负担减少，同时也使机体的气脉得以畅通

为了赶时间连晚餐都省掉了，随便吃几块饼干垫垫底儿，有时索性就不吃了，更有甚者是和朋友应酬后吃得饱饱的，也要赶去做大量运动。

听了这些我心里已经有数，我告诉她，你的结症就在于没有把握一个“度”。我让她从今日开始暂停健身，每天抽出一点时间来坚持散散步，如果觉得累了就不要勉强，每日最好能在十二时前入睡。

过了一段时间当我再次遇见她时，精神面貌大为改观，原来看上去青白色的小脸，变得红润可人，两只眼睛炯炯有神。所以我讲，健康的秘诀一个是有度，一个是坚持。

再比如，在我所接触到的一些实际年龄都超过 70 岁的老年朋友当中，很多人看上去的感觉要年轻许多，有的甚至可以说真是年轻得很。为什么？我曾和他们讨教过是否有什么不外传的健康养生秘诀，回答自然都是没有，但他们都遵循着一个规则，那就是每天抽出一点时间来，做一些其实极为简单的保健操。与其说是操，我觉得倒不如说是最简单的身体活动，但最关键的一点，就是坚持。每天拿几分钟，一坚持就是几十年，你们说说这坚持的效力有多大。

我们当中的一些人常犯一个毛病，那就是几个月不运动，运动一次累半死。要知道这是最毁身体的呀！身体底子结实点的人还好，若原本你的身体就有某种疾病的潜在诱因，说得厉害点会要了你的性命呀！这样的例子还少吗？

过去我所在的那个机关，有一位刚参加工作不久的大学生，身材高高的，一米八

说以前没有，只是最近一个时期有些感觉不舒服。

于是我又问她是不是最近工作太紧张，长时间的熬夜，她摇摇头说没有，并告诉我说她从前一时期开始，每天下班后都赶往健身房做大量运动量的运动，有时

几个子，身体看上去满结实的，是单位里的体育骨干分子。记得那年临近春节一天，工会组织与相关单位进行篮球比赛，他自然积极响应，上半场他还打得生龙活虎，可没想到下半场一开始没有多久，意外就发生了，周围的人眼看着他突然倒地，口唇黑紫，不省人事。几分钟后医务所的医生赶来一看，摇了摇头说人已无法抢救，年纪轻轻的他，命归黄泉。叹息之余，想一想真正苦了那位与他相爱多年即将成为新娘的女友。后来我得知他是死于心血管类的猝死症。

现在想一想这种人体的潜伏危险，我们是否可以通过某些途径预知呢？我说不是不可能，肯定是有。要知道世界上任何事物的突发，其实都会显现出一些异常特征，只是忙于凡尘的人们无暇顾及而已。在后面的几章中我将会谈到这方面的问题，在这里我反复强调的只是三点：

- 第一点，运动适量，因人而异。
- 第二点，做事坚持，不可放弃。
- 第三点，每次抽出三分钟，能让压力变轻松。

《白领解压三字经》

勤梳头、干洗脸、拉拉耳、转转眼、不思考、清清脑、扭扭头、搓热手、仰起脸、低头看、先举手、再转肩、拍打腿、动脚尖、直起身、把腰摆、舒筋骨、解压力、见效快。

《白领养颜美容歌诀》

盛夏莫贪凉，
秋燥喝梨汤。
春来多饮水，
寒风添衣裳。
不要“美丽冻人”
只要美丽健康。
唾沫凉时喝姜汤，
肢冷体寒红茶暖。
口味难闻山楂伴，
爽口小菜最下饭。
喝杯牛奶入睡前，
睡得香来梦得甜。
清晨起床半杯水，
既美容来又养颜。
记住时时勤呵护，
天天美丽做神仙。



一天中长时间坐在办公室内的白领朋友，应适时地站立一小会儿，使自己疲劳僵硬的肌肉组织得到放松与健康